

**UNIVERSIDADE DE LISBOA**  
**FACULDADE DE PSICOLOGIA**



**QUEM É INSEGURO: EU OU NÓS?**  
**OS ESTILOS DE VINCULAÇÃO, GLOBAL E ESPECÍFICO, E A**  
**SUA RELAÇÃO COM O MAL-ESTAR EMOCIONAL**

**Helena Isabel Rodrigues Mesquita**

**MESTRADO INTEGRADO EM PSICOLOGIA**

Secção de Psicologia Clínica e da Saúde

Núcleo de Psicoterapia Cognitiva-Comportamental e Integrativa

**2011**

**UNIVERSIDADE DE LISBOA**  
**FACULDADE DE PSICOLOGIA**



**QUEM É INSEGURO: EU OU NÓS?**  
**OS ESTILOS DE VINCULAÇÃO, GLOBAL E ESPECÍFICO, E A**  
**SUA RELAÇÃO COM O MAL-ESTAR EMOCIONAL**

**Helena Isabel Rodrigues Mesquita**

**Dissertação orientada pelo Prof. Doutor João Manuel Moreira**

**MESTRADO INTEGRADO EM PSICOLOGIA**

**Secção de Psicologia Clínica e da Saúde**

**Núcleo de Psicoterapia Cognitiva-Comportamental e Integrativa**

**2011**

## **Agradecimentos**

... Obrigada Lia, por tudo! Pelos momentos zen, pela boa disposição, por acreditares e fazeres acreditar que era possível. E foi possível, porque tive a tua “orientação” e ajuda. Eternamente grata!

... Obrigada Alexandre (Tata) por todo o amor, carinho, paciência, compreensão. Obrigada por seres a minha Base Segura.

... Obrigada Andreia, Carina, Condessa Isabel, “Ieba”, Maria, Marisa, Rita, Sofia e todas as colegas pelo vosso apoio. Convosco foi mais fácil concluir esta etapa.

... Obrigada Bia e Margarida por serem a minha inspiração, a luz dos meus olhos.

... Obrigada Sandra por seres minha “irmã”. Pelos constantes telefonemas, pela força, por acreditares. Obrigada Olívia por estares sempre aí...

... Obrigada Prof. Doutor João Moreira, por todo o apoio e dedicação como orientador. Obrigada pela tranquilidade, às vezes enervante, pela boa disposição, pelo conhecimento.

## RESUMO

Este estudo teve como principal objectivo compreender a variação das dimensões do estilo de vinculação (Evitação e Preocupação), tendo em conta a globalidade dos modelos internos de trabalho do indivíduo e a especificidade das suas relações. Foi, ainda, analisada a relação entre os estilos de vinculação, global e específico, e o mal-estar emocional. Estas variáveis foram avaliadas através de questionários aplicados em dois momentos: o questionário Attachment Network Questionnaire (ANQ), o Questionário de Experiências em Relações Próximas (QERP), global e específico para as relações, e o Clinical Outcomes in Routine Evaluation-Outcome Measure (CORE-OM). A amostra era composta por 125 participantes, com uma média de idades de 31 anos. Os resultados obtidos, através de modelos hierárquicos lineares (programa HLM), indicaram do que a dimensão Evitação varia mais entre as relações que entre os indivíduos, o que é coerente com a asserção teórica de que esta dimensão está mais relacionada com as representações que fazemos dos parceiros relacionais. O contrário acontece para a dimensão Preocupação, que varia mais entre os indivíduos do que entre as diversas relações. Verificámos ainda que o estilo de vinculação, quando avaliado no global, prediz moderadamente o estilo de vinculação em cada relação. Essa predição é mais forte na dimensão da Preocupação do que na Evitação. Por fim, as dimensões Evitação e Preocupação, ao nível global, são melhores preditores para o mal-estar emocional, que as mesmas dimensões, ao nível específico. Estas conclusões sugerem que, embora os estilos de vinculação específicos sejam importantes para a compreensão do funcionamento das relações, a obtenção de ganhos psicoterapêuticos relevantes deve implicar mudanças nas representações globais da vinculação. As relações que não são de vinculação também parecem ter influência em alguns domínios do mal-estar emocional.

Palavras-Chave: Estilo de vinculação global e específico da relação, Preocupação, Evitação, mal-estar emocional.

## **ABSTRACT**

This study had as its main purpose to understand the variation of the attachment style dimensions (Avoidance and Preoccupation), taking into account global internal working models of the individual and their specific-relationships. The relation between attachment style, global and specific, and emotional distress was also analyzed. These variables were measured by questionnaires at two moments: the Attachment Network Questionnaire (ANQ), the global and relationship specific Experiences in Close Relationships Questionnaire (ECRQ) and the Clinical Outcomes in Routine Evaluation - Outcome Measure (CORE-OM). The sample consisted of 125 participants, on average aged 31. The results, analyzed through hierarchical linear models (HLM programme), showed that the Avoidance dimension varies more across relationships than across individuals, which is consistent with the theoretical assertion that this dimension is related to the representations we have of our relationship partners. The opposite happens with the Preoccupation dimension, which varies more across individuals than across the diverse relationships. We also found that attachment style, if evaluated globally, moderately foretells the type of attachment in each relationship. That prediction is stronger for the Preoccupation dimension than for the Avoidance dimension. Finally, the Preoccupation and Avoidance dimensions, taken globally, foretell emotional distress better than when they are taken for specific relationships. These conclusions suggest that, although attachment styles in specific bonds are important in understanding how relationships work, the yielding of relevant psychotherapeutic gains should imply changes in global representations of attachment. Non-attachment relationships also appear to have influence upon some areas of emotional distress.

**Key-Words:** Global and relationship-specific attachment style, Preoccupation, Avoidance, emotional distress.

# Índice

<b>1 - INTRODUÇÃO .....</b>	<b>1</b>
1.1 - Relações de vinculação .....	4
1.2 - Modelos Internos de trabalho.....	7
1.3 - Estilos de vinculação.....	9
1.4 - Estilos de vinculação globais e específicos das relações .....	12
1.5 - Vinculação e a Psicopatologia .....	15
1.6 – Objectivos e hipóteses .....	18
<b>2 - METODOLOGIA .....</b>	<b>19</b>
2.1. Participantes .....	19
2.2.1 - Attachment Network Questionnaire (ANQ) .....	19
2.2.2 - Questionário de Experiências em Relações Próximas (QERP) .....	20
2.2.3 - Clinical Outcomes in Routine Evaluation-Outcome Measure (CORE-OM) .....	22
2.3. Procedimento.....	25
<b>3 – RESULTADOS .....</b>	<b>27</b>
3.1. Tratamento de Dados .....	27
3.2. Hierarchical Linear Modeling (HLM).....	27
3.3. Variância do estilo de vinculação, ao nível global e específico .....	28
3.4. Estilo de vinculação ao nível global e específico .....	29
3.5. Capacidade preditiva dos estilos de vinculação, global e específico, para o mal-estar emocional .....	30
<b>4 - DISCUSSÃO .....</b>	<b>34</b>
4.1 - Limitações.....	39
4.2 - Implicações Clínicas .....	40
<b>REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS .....</b>	<b>41</b>

## 1 - INTRODUÇÃO

É reconhecida pela comunidade científica a importância do estilo de vinculação no contexto relacional, durante todo o ciclo de desenvolvimento. Em termos psicológicos, todos nós construímos representações do *self*, dos outros, dos relacionamentos, e usamos essas representações para orientar as nossas expectativas nos relacionamentos subsequentes (Laible, 2007).

A teoria da vinculação (Bowlby, 1969, 1973, 1980) afirma que a relação estabelecida entre a criança e o cuidador funciona como uma matriz a partir da qual vão ser construídos conhecimentos e expectativas acerca do *self*, dos outros e do mundo. Estes conhecimentos e expectativas determinarão o funcionamento interpessoal do indivíduo e o estabelecimento futuro de relações íntimas (Faria, Fonseca, Lima, Soares & Klein, 2006).

A vinculação pode ser definida como um tipo de laço afectivo, em que a criança procura segurança e conforto na relação com o adulto (cuidador; Ainsworth, 1989), implicando uma motivação para a procura do outro. A qualidade das experiências de vinculação e a sua representação através da construção dos modelos internos de trabalho afectam o desenvolvimento socioemocional, influenciando de modo significativo a interpretação que o indivíduo faz do mundo, a forma como lida com os problemas interpessoais, os desafios relacionais no quotidiano e as estratégias comportamentais que caracterizam o seu funcionamento e que podem facilitar ou dificultar a sua adaptação ao meio (Bowlby, 1973,1980).

O padrão de comportamentos adquiridos nestas relações precoces é expresso num vasto leque de situações relacionais, ao longo do desenvolvimento e designa-se por estilo de vinculação. À medida que se vão desenvolvendo várias relações ao longo da vida, os estilos de vinculação tornam-se mais complexos e sofisticados, no sentido em

que existe maior diversidade de crenças, atitudes, expectativas acerca do self e do outro. A investigação demonstrou que estes estilos relacionais se organizam em duas grandes dimensões: a Evitação e a Preocupação (Brennan, Clark & Shaver, 1998).

No presente estudo, é primordial o contraste entre as perspectivas encontradas na revisão de literatura acerca da estabilidade e/ou variabilidade do estilo de vinculação. Segundo Bowlby (1969), o estilo de vinculação é global, é uma característica individual e estável ao longo do desenvolvimento do indivíduo, ou seja, existe uma continuidade entre as experiências precoces de vinculação e as relações estabelecidas na idade adulta. Neste sentido, o estilo de vinculação pode ser visto como um traço da personalidade (Scharfe & Bartholomew, 1994). De acordo com esta perspectiva, o estilo de vinculação estabelecido na infância, entre a criança e o cuidador, determina e é generalizável para as relações próximas na idade adulta (Bowlby, 1969). Por outro lado, o estilo de vinculação também pode ser visto como específico, variando de forma intra e inter-relacional. É possível que o estilo de vinculação varie numa determinada relação ao longo do tempo e é possível que o estilo de vinculação também varie dentro da diversidade de relações que o indivíduo estabelece ao longo do seu desenvolvimento (Kobak, 1994; Fox, Kimmerly & Schafer, 1991).

No âmbito deste tema, o propósito desta dissertação é compreender a relação entre o estilo de vinculação global – aquele que foi construído durante a infância na relação com o cuidador e que, mesmo assimilando informação de novas relações consegue ser generalizável – e o estilo de vinculação específico – aquele que o indivíduo desenvolve em cada relação acomodando a representação pré-existente às especificidades de cada parceiro relacional. Pretende-se saber se o estilo de vinculação, na idade adulta, deve ser considerado como uma característica do indivíduo (constructo de personalidade) ou das diferentes relações. O segundo objectivo deste estudo passa



por compreender a relação entre os estilos de vinculação, global e específico, e o mal-estar emocional.

“Somos moldados e remoldados por aqueles que nos amaram; e, embora o amor possa passar, somos, no entanto, obra deles, para o bem e para o mal”.

(FRANÇOIS MAURIAC cit. por Bowlby, 1969, p. 393)

## **1.1 - Relações de vinculação**

Os termos associados ao constructo de vinculação, embora sejam muitas vezes usados de forma indiscriminada, não são sinónimos e incluem distinções importantes. Um exemplo encontra-se na diferenciação entre relações de vinculação e comportamentos de vinculação. Estes últimos são, segundo Bowlby (1969), condição sine-qua-non das relações de vinculação e têm como objectivo a obtenção e manutenção da proximidade com o outro. É através destes comportamentos (e.g. chorar, sorrir, agarrar, chuchar) que se forma, medeia, mantém e desenvolve a relação de vinculação na infância (Ainsworth, Blehar, Waters & Wall, 1978).

Relações de vinculação são aquelas que são significativas e duradouras no tempo (Ainsworth et al., 1978) e são distintas das meras relações sociais. As relações de vinculação são definidas como relações interpessoais únicas, que implicam afectos intensos e que constituem importantes fontes de conforto, apoio, proximidade física e emocional, sobretudo em situações que o indivíduo percebe como ameaçadoras (Mikulincer, Gillath & Shaver, 2002). Essencialmente, “estas são relações que funcionam como uma base segura, ou seja, que, de forma sustentada, incentivam o que poderíamos designar de ‘voo curioso e participado’ do sujeito por outros contextos de existência, permitindo-lhe envolver-se em movimentos exploratórios com confiança” (Matos, Barbosa & Costa, 2001, p. 98).

Um pressuposto fundamental da teoria da vinculação é que os adultos não entram nas relações como “tábuas rasas” ou “folhas em branco”. Em vez disso, a

história das suas experiências sociais e o conjunto único de memórias e expectativas influenciam o processo de vinculação na idade adulta (Collins, Guichard, Ford & Feeney, 2004). Assim, é compreensível a relação entre o sistema de vinculação na infância e na idade adulta. Este último deriva das representações das relações de vinculação na infância, que por sua vez estruturam a personalidade do indivíduo e são generalizáveis a novas situações sociais e relacionais (Mikulincer & Shaver, 2007).

As relações de vinculação apresentam semelhanças e diferenças ao longo do ciclo de desenvolvimento do indivíduo. Seja na infância ou na idade adulta, as relações de vinculação compreendem sempre quatro componentes: a sensação de ter no outro uma Base Segura, o desejo da Manutenção da Proximidade com o outro significativo, o recurso a essa relação como um “Porto Seguro” e o Protesto de Separação (Hazan & Zeifman, 1994). Estas autoras observaram que os componentes de vinculação são transferidos, no período da adolescência, dos pais ou seus substitutos para os pares, de forma sequencial. Primeiro, é transferido o componente Procura de Proximidade, a que se seguem o Porto Seguro, o Protesto de Separação e por fim a Base Segura. A mesma sequência verifica-se na idade adulta, quando uma nova relação se torna significativa e adquire as propriedades de uma relação de vinculação.

À semelhança do que ocorre na infância, também na idade adulta as relações de vinculação se organizam hierarquicamente (Furman, 2002; Sibley & Overall, 2008). Bowlby (1969) sugeriu que existe uma figura principal de vinculação, normalmente o principal cuidador, e uma ou mais figuras secundárias. Tinha já afirmado que na infância existe, na rede afectiva de cada sujeito, mais do que uma figura de vinculação, referindo a valoração diferenciada que é dada à relação de vinculação estabelecida com o principal cuidador (vinculação primária), e a relação de vinculação estabelecida com outros adultos que cuidam também da criança (vinculações secundárias).

A adolescência e início da idade adulta são períodos em que se espera que os indivíduos ampliem as suas hierarquias de vinculação para incluir os pares, bem como outros membros da família (Trinke & Bartholomew, 1997). Porém, os cuidadores primários nunca deixam de ser figuras de vinculação, apenas perdem importância na hierarquia das relações de vinculação dos indivíduos, à medida que o ciclo vital decorre. Apesar de as relações de vinculação com os cuidadores poderem continuar a existir, o modelo da hierarquia da vinculação (Ainsworth, 1989) prevê que a sua importância decresça à medida que aumenta a rede social do indivíduo e, com isso, aumenta a possibilidade das relações de vinculação com pares.

Quanto à simetria das relações de vinculação, durante a infância a relação da criança com o cuidador é assimétrica, na medida em que os componentes de vinculação se expressam unilateralmente, ou seja, é a função do cuidador ser a base e o porto seguro da criança e não o contrário (Weiss, 1982 cit. por Trinke & Bartholomew, 1997). Especificamente na idade adulta, as relações de vinculação são formadas entre pares e são recíprocas (mutualidade da vinculação), ou seja, dois indivíduos que tenham estabelecido uma relação de vinculação são mutuamente base e porto seguro um para o outro, procuram estar próximos, física e emocionalmente, e expressam angústia na ausência do outro. Nesta fase, as relações de vinculação encontram-se associadas, sobretudo, às relações amorosas (com mais de dois anos de duração e que incluam a componente sexual; Zeifman & Hazan, 1997; Zeifman & Hazan, 1999; Hazan, Guryaish & Campa, 2004).

É com base na interiorização de todo o conhecimento obtido da experiência nas relações de vinculação, entre o cuidador e a criança, que esta elabora um conjunto de

representações mentais acerca do self, do outro e das relações, designadas por modelos internos de trabalho<sup>1</sup> (Bowlby, 1973).

## **1.2 - Modelos Internos de trabalho**

Bowlby define os modelos internos de trabalho como representações mentais, conscientes e inconscientes, “do mundo e de si próprio, que ajudam o indivíduo a perceber os acontecimentos e a antever e arquitectar planos para o futuro” (Bowlby, 1973, p. 236). Na sua perspectiva, os modelos internos de trabalho são relativamente duradouros, estáveis e auto-perpetuáveis.

Os modelos internos de trabalho determinam como é que o indivíduo se apresenta e interage com o mundo ao longo do ciclo de vida (Laible, 2007) e como organiza as suas cognições, afectos e comportamentos. Através da interacção contínua, uma criança desenvolve modelos internos de trabalho que contêm crenças e expectativas sobre se o cuidador é alguém que é carinhoso e responsivo (modelo do outro), e também se o self é merecedor desse cuidado e atenção (modelo do self). Estes modelos de trabalho são posteriormente “transportados” para as novas relações, onde guiam expectativas, percepções e comportamentos (Bowlby, 1973).

Desta forma, os modelos internos de trabalho podem enviesar a maneira como a pessoa codifica, interpreta e armazena as memórias relativas a interacções com figuras de vinculação (Bowlby, 1973). Assim, podem ser vistos como um filtro interpretativo, amplamente inconsciente, que fornece regras implícitas sobre o relacionamento com os outros, podendo ajudar a confirmar ou a manter expectativas (Thompson, 1999). Crê-se que a repetição de experiências relacionais semelhantes, ao longo do desenvolvimento,

---

<sup>1</sup> *Internal Working Models*

consolida estes modelos e os torna generalizáveis a outras situações relacionais (Cook, 2000; Collins et al., 2004).

Apesar da sua estabilidade, os modelos internos de trabalho são representações dinâmicas que podem ser alteradas, elaboradas ou recolocadas de acordo com as diferentes experiências relacionais (Hazan & Shaver, 1987). Assim sendo, os modelos internos de trabalho não são constructos rígidos, têm a capacidade de acomodar informação e são determinados de forma recíproca pelos comportamentos e características dos actores relacionais. Os indivíduos adaptam as representações das suas relações em função do diferente parceiro relacional, independentemente das expectativas interpessoais gerais que tenham (Cook, 2000).

Collins & Read (1994, p. 61 cit. por Pierce & Lydon, 2001) propuseram que os “modelos internos de trabalho incluem quatro componentes que se interrelacionam: (1) as memórias de experiências de vinculação, (2) crenças e atitudes sobre o self e o outro nas relações de vinculação, (3) as necessidades e objectivos nessas relações e (4) estratégias e planos associados à realização desses objectivos.”

Seria simplista e incorrecto pensar que estes modelos representacionais existem apenas a um nível global. Crittenden (1990) propôs que os indivíduos possuem modelos internos de trabalho globais e específicos para as diferentes relações de vinculação. A autora sugere que os modelos internos de trabalho poderiam ser melhor conceptualizados como uma rede de modelos, ligados entre si e organizados numa hierarquia padrão.

Existem evidências empíricas que apoiam a noção de que o sistema representacional de vinculação está hierarquicamente estruturado e que contém representações globais, que agregam representações dos domínios relacionais (relações românticas, de amizade e relações familiares) que, por sua vez, estão associadas às

representações das relações específicas, dentro de cada domínio (Blain, Thompson & Whiffen, 1993; Overall, Fletcher & Friesen, 2003; Sibley & Overall, 2008). Assim, no nível superior da hierarquia estaria o modelo global, que corresponde às representações gerais sobre o self e os outros, resultantes da experiência com figuras-chave da vinculação. No nível intermédio, estariam os modelos correspondentes às representações que o indivíduo faz dos vários domínios relacionais (familiar, amizade, amoroso). Por fim, na base do modelo, teríamos as representações específicas que correspondem a relações particulares.

Pensa-se que os estilos relacionais nos adultos derivam directamente destes modelos internos de trabalho que o indivíduo constrói sobre ele próprio e sobre a sua relação com os outros, durante o ciclo de desenvolvimento (Bowlby, 1973).

### **1.3 - Estilos de vinculação**

A teoria da vinculação defende que o estilo de vinculação é desenvolvido na relação da criança com o cuidador e influencia as relações futuras do indivíduo. Acredita-se que essa influência é mediada pelos modelos internos de trabalho das relações de vinculação (Bowlby, 1973). A partir da disponibilidade emocional e da responsividade do cuidador, a criança vai desenvolvendo expectativas acerca desta relação de vinculação. Os seus comportamentos, visando assegurar os componentes da relação de vinculação, e a responsividade do cuidador, face aos mesmos, estruturam um padrão de interações a partir do qual a criança aprende o que esperar do cuidador e a ajustar o seu próprio comportamento.

Ainsworth (1979) organizou pela primeira vez as diferenças individuais ao nível do sistema de vinculação. Aprofundando o trabalho de Bowlby, a investigadora desenvolveu o procedimento denominado “Situação Estranha”, que consiste em dois

episódios de separação e reunião entre o cuidador e a criança (Ainsworth et al., 1978). A partir dele, identificou três estilos de vinculação na infância: o estilo seguro, o estilo evitante e o estilo ambivalente.

O estilo seguro era característico das crianças que, na presença da mãe, exploravam com confiança o ambiente e que, na ausência desta, se mostravam perturbadas. As mães destas crianças revelavam estar emocionalmente disponíveis e responsivas nas suas interações. Por outro lado, as crianças classificadas nos outros dois estilos, designados por “inseguros” – evitante e ambivalente - pareciam ter desenvolvido estratégias alternativas para colmatar défices na disponibilidade e responsividade do cuidador. Por exemplo, quando a mãe regressava (depois de algum tempo de ausência) a criança evitava o contacto com ela (estilo evitante).

Hazan & Shaver (1987) propuseram-se estudar, por analogia, a possibilidade de observar nos relacionamentos amorosos na idade adulta, os mesmos componentes de vinculação das relações de vinculação na infância. Diferentes experiências relacionais entre pares amorosos ilustrariam estilos de vinculação qualitativamente comparáveis aos definidos por Ainsworth e colaboradores (1978). As características do estilo seguro manifestar-se-iam, nas relações amorosas, através da confiança na disponibilidade e responsividade do parceiro, o que levaria à experiência de maior conforto com a intimidade. O estilo ambivalente seria característico dos indivíduos que procuram em demasia a proximidade com o parceiro amoroso e que estariam preocupados com a rejeição, enquanto o estilo evitante seria típico dos adultos que se mostram desconfortáveis com a proximidade com o parceiro e para quem é difícil depender de alguém.

Com base no conteúdo dos modelos internos de trabalho dos indivíduos, referentes às relações de vinculação, Bartholomew & Horowitz (1991) criaram outra



tipologia para os estilos de vinculação na idade adulta: seguro, preocupado, evitante-receoso e evitante-desligado. O estilo seguro seria caracterizado por modelos internos de trabalho positivos, tanto do self como dos outros, e seria evidente em pessoas que se autopercebem como dignas de valor e de serem amadas, que confiam nos outros e que se sentem confortáveis em relações próximas. O estilo preocupado (correspondente ao estilo ambivalente de Ainsworth) seria característico de pessoas com um modelo do self negativo e um modelo dos outros positivo, que teriam um sentido de valor pessoal muito baixo e que procurariam compensá-lo através de uma marcada dependência dos outros, com quem tentariam manter uma proximidade excessiva. O estilo evitante é dividido pelos autores em dois tipos – estilo evitante-desligado e estilo evitante-receoso. O estilo evitante-desligado caracterizar-se-ia pela presença de um modelo positivo do self e pela tendência do indivíduo para utilizar estratégias de auto-suficiência e minimizar a necessidade de estabelecer relacionamentos próximos. Pelo contrário, nos indivíduos evitantes-receosos seria característico encontrar uma associação entre um modelo negativo do self e um modelo igualmente negativo dos outros (Bartholomew & Horowitz, 1991; Griffin & Bartholomew, 1994).

No entanto, é possível que o indivíduo na adultícia manifeste graus distintos de todos os estilos de vinculação. Assim, as diferenças individuais nos estilos de vinculação parecem ser mais bem descritas através de um modelo bidimensional, em vez do modelo das três categorias que surgiu na sequência dos estudos de Ainsworth (1979).

Diversas investigações (Brennan et al., 1998; Fraley & Spieker, 2003; Roisman, Fraley, & Belsky, 2007; Moreira et al., 2006) que se debruçaram sobre a análise factorial das diferenças individuais no estilo de vinculação apontam para a existência de duas dimensões, que corresponderiam ao modelo interno de trabalho do self e ao

modelo interno de trabalho do self, conceptualizados por Bowlby (1973). A dimensão Evitação seria caracterizada por representações negativas do outro e pelo desconforto com a intimidade e a Preocupação, caracterizada pela representação negativa do self e pelo receio de abandono e rejeição pelo outro (Mikulincer & Shaver, 2007, pp. 98-99). Um nível elevado de Preocupação resultaria de uma representação negativa do self (como não merecedor de cuidados e, logo, vulnerável à negligência ou ao abandono), enquanto um nível elevado de Evitação seria o resultado de uma avaliação negativa do outro (como emocionalmente indisponível e, portanto, indesejável como objecto de tentativas de aproximação; Bartholomew, 1990). Estando a Preocupação relacionada com a representação do self, esta seria uma característica relacional mais consistente e transversal a todas as relações do indivíduo, enquanto a Evitação, associada à representação do outro, deveria variar consoante as diferentes relações. Esta é uma das questões a explorar nesta dissertação.

#### **1.4 - Estilos de vinculação globais e específicos das relações**

O estilo de vinculação, ao nível global é, essencialmente, uma disposição estável da personalidade que define as pessoas nas suas relações. Por sua vez, o estilo de vinculação, ao nível específico, refere-se à multiplicidade e variabilidade de formas que o indivíduo emprega para se relacionar com os outros (Baldwin, Keelan, Fehr, Enns & Koh-Rangarajoo, 1996).

Pelas características inerentes dos modelos internos de trabalho, é natural que haja uma interdependência entre o nível global e o nível específico do estilo de vinculação. Além disso, os modelos internos de trabalho são permeáveis às diferentes experiências relacionais. Por conseguinte, o estilo de vinculação ao nível global pode ser representativo da média das diferentes relações que o indivíduo mantém. Neste

sentido, factores de uma relação específica influenciam o estilo de vinculação ao nível global (Collins & Read, 1994 cit. por Pierce & Lydon, 2001; Crittenden, 1990). No entanto, um estilo de vinculação ao nível global pode não ser redundante com o estilo de uma relação em particular (Baldwin et al., 1996).

Nas últimas décadas, alguns investigadores têm reflectido sobre a possibilidade de os estilos de vinculação na idade adulta poderem variar de relação para relação (Baldwin et al., 1996; Bartholomew & Horowitz, 1991; Cozzarelli, Hoekstra & Bylsma, 2000; Trinke & Bartholomew, 1997). Partindo do princípio de que o estilo de vinculação pode variar intra e inter-relacionalmente, este pode ser visto não só como uma generalização do estilo de vinculação precoce, mas também como o resultado da experiência do momento com o outro (Kobak, 1994), transformando o estilo relacional global num estilo específico para as diferentes relações, que o indivíduo estabelece e mantém.

A primeira evidência da existência de variabilidade intrapessoal no estilo de vinculação apareceu em trabalhos que mostraram distintos estilos de vinculação da criança com a mãe e o pai. De facto, os estilos de vinculação com a mãe e com o pai são só modestamente similares (Fox et al., 1991; van IJzendoorn & De Wolff, 1997). Se há possibilidade de o estilo de vinculação da criança ser distinto com a mãe e com o pai, então o estilo de vinculação poderá ser específico da relação e deverá ser estudado a esse nível.

Cook (2000) concluiu que os estilos de vinculação variavam consideravelmente de uma relação para outra, entre membros da mesma família. No entanto, “diferenças individuais e efeitos da relação são ambos importantes para explicar a vinculação nas famílias” (Cook, 2000, p. 292). Investigações da mesma natureza indicam que os indivíduos nem sempre têm o mesmo estilo de vinculação, nem experienciam o mesmo

sentido de segurança nas diferentes relações (Baldwin et al., 1996). Esta variabilidade intrapessoal significativa no estilo de vinculação pode ser explicada pelas diferenças individuais nos modelos internos de trabalho e pelas características da relação (La Guardia, Ryan, Couchman, & Deci, 2000). Resultados dos estudos de Barry, Lakey, & Orehek (2007) e Pierce & Lydon (2001) apontam no sentido de que as dimensões do estilo de vinculação são mais influenciadas pelas diferentes relações que pelo indivíduo. Todavia, Moreira (2006, 2011) concluiu que a dimensão Preocupação é predominantemente uma característica individual que se manifesta nas diferentes relações, enquanto a dimensão Evitação é essencialmente uma característica da relação. Nesta dissertação, procurar-se-á replicar estes resultados, recorrendo a uma diferente técnica de análise estatística, a dos modelos hierárquicos lineares (Raudenbush & Bryk, 2002).

Um outro aspecto relevante neste contexto é o da distinção entre relações que apresentam características de vinculação e relações que não as apresentam. Em vários estudos, nos quais foi analisada a consistência do estilo de vinculação nas diferentes relações (Cook, 2000; La Guardia et al., 2000; Baldwin et al., 1996), não foi verificado se estas seriam relações de vinculação (com todos os seus componentes). No presente estudo, as relações foram estudadas tendo em conta esse aspecto. Assim, as análises foram feitas para as relações que na sua composição tinham todos os componentes de vinculação, como seria teoricamente mais aconselhável. Adicionalmente, essas análises foram repetidas para o conjunto de todas as relações, incluindo as de vinculação e outras, por forma a facilitar a comparação deste estudo com os anteriores e, ainda, para perceber se a capacidade preditiva se altera, tratando-se ou não de relações de vinculação.

## **1.5 - Vinculação e a Psicopatologia**

Nas últimas duas décadas tem havido um reconhecimento crescente da importância da qualidade das relações familiares numa adaptação psicológica bem-sucedida dos indivíduos (Lopez & Brennan, 2000). De acordo com o modelo de psicopatologia de Bowlby (1980), a relação de vinculação da criança ao cuidador é a tarefa de desenvolvimento chave que influencia não só as representações do self e do outro, mas também as estratégias de processamento dos componentes de vinculação. Este modelo tem implicações claramente articuláveis com a capacidade de adaptação psicológica.

Quando a criança desenvolve representações negativas do self ou dos outros, ou quando adopta estratégias para regular as suas necessidades associadas à vinculação, que comprometem o julgamento realista, torna-se mais vulnerável à psicopatologia. Assim, são esperadas diferenças ao nível do planeamento e utilização de estratégias para regular o mal-estar emocional, obter e dar conforto, manter a autonomia e desenvolver relações íntimas (Collins et al., 2004).

A qualidade das experiências de vinculação e a sua representação através dos modelos internos de trabalho exercem influência sobre o desenvolvimento socioemocional do indivíduo, condicionando de modo significativo a interpretação que o indivíduo faz do mundo, a forma como lida com os desafios relacionais no quotidiano e as estratégias comportamentais que caracterizam o seu funcionamento, o que pode facilitar ou dificultar a sua adaptação ao meio (Bowlby, 1973,1980).

As relações precoces de vinculação insegura representam um factor de risco significativo para o desenvolvimento de psicopatologia na idade adulta, enquanto as de vinculação segura conferem resiliência (Wallin, 2007). Esta relação entre o estilo de vinculação e a psicopatologia tem sido objecto de numerosos estudos, sobretudo

recorrendo a questionários de auto-relato que avaliam o mal-estar emocional associado à psicopatologia.

Assim, por exemplo, a relação entre a segurança da vinculação na idade adulta (em três amostras de jovens universitários) e a sintomatologia depressiva foi estudada por Roberts, Gotlib & Kassel (1996). Os resultados evidenciaram que o estilo de vinculação inseguro se associava fortemente a atitudes disfuncionais, baixa auto-estima e sintomas depressivos, e mais ainda, que o estilo de vinculação inseguro na fase adulta estava associado positivamente à depressão, numa relação mediada pelas atitudes disfuncionais e pela baixa auto-estima.

Coleman (2003) encontrou uma associação entre o estilo de vinculação inseguro e baixa auto-estima, sentimentos e comportamentos interpessoais negativos e a agressividade. Por outro lado, o estilo de vinculação seguro estava relacionado com um elevado nível de popularidade, de competência social e de aceitação por parte dos outros. Resultados semelhantes foram obtidos por Pietromonaco e Barrett (2000) que, ao estudarem a relação entre os modelos internos de trabalho (do self e do outro), e as interações sociais quotidianas, verificaram que os indivíduos identificados como tendo um estilo de vinculação Preocupado tinham uma auto-estima mais baixa do que os que identificados com o estilo de vinculação Seguro.

Indivíduos com estilo de vinculação Seguro têm um humor mais positivo (Kobak & Madsen, 1999; Mikulincer, 1995), menor sintomatologia depressiva e de ansiedade (Simpson & Rholes, 2004), auto-estima mais elevada (Griffin & Bartholomew, 1994) e maior apoio social percebido (Collins & Feeney, 2004; Moreira et al., 2003).

No que concerne à existência de variabilidade dos estilos de vinculação, alguns investigadores afirmam que essa variabilidade é sinónimo de flexibilidade e que esta

diminui os efeitos prejudiciais do stress e favorece o bem-estar (Linville, 1987). Outros autores consideram que a variabilidade é sinónimo de fragmentação do self e que esta conduz ao mal-estar (Donahue, Robins, Roberts, & John, 1993). Contudo, também existem evidências empíricas de que a variabilidade do estilo de vinculação está negativamente correlacionada com o bem-estar (La Guardia et al., 2000).

No ano 2000, Cozzarelli e colaboradores, perceberam que os estilos de vinculação específicos estão relacionados com três dos componentes das relações de vinculação amorosas - satisfação na relação, inclusão do outro no self e sentimento de amor - sendo que o estilo de vinculação global não está significativamente relacionado com nenhuma destas componentes. Concluíram ainda, que os estilos de vinculação, tanto a nível global como a nível específico, estão relacionados com o bem-estar e satisfação com a vida.

Constatámos que nas últimas décadas, várias investigações analisaram a relação entre o estilo de vinculação e a existência de psicopatologia. No entanto, existem poucos estudos que se tenham debruçado sobre a relação entre os estilos de vinculação, global vs específico, e o mal-estar emocional. Este estudo irá debruçar-se sobre esta questão, dado que apresenta importantes implicações teóricas e para a intervenção. Se, por um lado, é compreensível pensar que modelos representacionais de âmbito mais global deverão ter consequências mais directas sobre perturbações emocionais igualmente generalizadas, é possível que representações relacionais mais específicas tenham um efeito adicional sobre o mal-estar emocional.

## **1.6 – Objectivos e hipóteses**

O primeiro objectivo deste estudo é perceber qual a relação entre os estilos de vinculação, global e específico, na idade adulta (nas dimensões da Preocupação e Evitação). Apesar de o indivíduo adulto possuir um estilo de vinculação global, este pode variar para cada relação específica (Cozzarelli et al., 2000; Sibley & Overall, 2008). O segundo objectivo é compreender em que medida o estilo de vinculação global tem a capacidade de prever o estilo de vinculação específico e vice-versa. Por fim, este estudo pretende analisar a capacidade preditiva dos estilos de vinculação, global e específico, para o mal-estar emocional.

Assim, e com base na revisão de literatura, são levantadas as seguintes hipóteses:

- I.** A dimensão Preocupação apresenta maior variância ao nível global para cada indivíduo do que ao nível das diferentes relações.
- II.** A dimensão Evitação apresenta maior variância ao nível das diferentes relações do que ao nível global para cada indivíduo.
- III.** O estilo de vinculação avaliado no global prediz moderadamente o estilo de vinculação em cada relação.
- IV.** A capacidade preditiva do estilo de vinculação global sobre o estilo de vinculação específico é maior para a Preocupação que para a Evitação.
- V.** A capacidade do estilo de vinculação prever o mal-estar emocional, avaliado em termos gerais, é maior para o estilo de vinculação global do que para o específico.



## **2 - METODOLOGIA**

### **2.1. Participantes**

Nesta investigação colaboraram 125 participantes, sendo 50 (33,1%) do sexo masculino e 75 (49,7%) do sexo feminino. A amostra desta investigação era a correspondente à faixa etária dos 18 aos 63 anos, sendo a média de idades de 30,74 anos e o desvio padrão de 12,52 anos. Pretendiam-se participantes jovens adultos e adultos, por considerar que a capacidade de auto-relato sobre o estilo de vinculação é inadequada abaixo dos 18 anos e ainda devido a questões éticas. Para além disso, é sabido que a vinculação nos indivíduos com menos de 18 anos é sobretudo dirigida para a família, logo a diversidade de relações é menor (Hazan & Zeifman, 1994).

Nesta amostra, identificaram-se como sendo casados 21,9% dos participantes, 3,3% viviam em união de facto, 34,4% namoravam, 0,7% eram divorciados e 21,9% não mantinham qualquer relação amorosa no momento do estudo, sendo que 1,3% destes participantes nunca tinha estado envolvido numa relação amorosa.

A escolaridade média desta amostra situava-se nos 14,51 anos de escolaridade, com um desvio padrão de 3,42 anos.

### **2.2. Instrumentos de medida**

#### **2.2.1 - Attachment Network Questionnaire (ANQ)**

O Attachment Network Questionnaire (ANQ), traduzido por Rocha (2008) da versão original de Trinke & Bartholomew (1997), é um questionário de auto-relato em que é possível aceder às características da hierarquia das relações de vinculação em jovens adultos (número e posição relativa das figuras consideradas de vinculação,

independentemente da segurança do laço). São avaliadas as múltiplas relações de vinculação, relativamente às dimensões desejo e utilização de Base e Porto Seguros, Procura de Proximidade, Impacto de morte, Conexão/Ligação emocional.

Neste estudo, foi solicitado aos participantes que preenchessem um primeiro quadro identificando as pessoas com as quais sentem, no momento actual, ter estabelecido uma ligação afectiva forte (independentemente da direcção da mesma, positiva ou negativa), referenciando o tipo de relação (amizade, filial, parental, etc.), o género e idade, a frequência de contacto e a duração temporal da relação. Neste estudo, foi pedido aos participantes que listassem, no máximo, seis relações, uma vez que, segundo Trinke e Bartholomew (1997), a maioria dos indivíduos (69%) tem entre 3 a 6 relações de vinculação. No presente estudo, dos 125 participantes, 54,4% (68) colocaram o máximo de relações permitidas no questionário. Num segundo momento, era pedido aos participantes que preenchessem um novo quadro, desta vez para aceder às suas representações sobre as funções de vinculação (desejadas ou efectivas) que cada uma das pessoas listadas desempenha.

A componente Procura de Proximidade, embora esteja presente no questionário, não está incluída como critério de decisão sobre a existência de vinculação, uma vez que, no estudo de Trinke & Bartholomew (1997), quase todos os indivíduos apontados como possíveis figuras de vinculação foram identificados no item e, por isso, foi considerado sem utilidade para diferenciar relações de vinculação.

### **2.2.2 - Questionário de Experiências em Relações Próximas (QERP)**

O Questionário “Experiências em Relações Próximas” (Moreira et al., 2006), versão portuguesa do “Experiences in Close Relationships” (Brennan et al., 1998), avalia duas dimensões básicas das diferenças individuais no estilo de vinculação dos

adultos: a Evitação e a Preocupação. Ambas emergiram da análise factorial de um conjunto abrangente de itens em uso corrente na avaliação dos estilos de vinculação dos adultos. Este questionário tem demonstrado boa precisão e validade na população portuguesa (Moreira et al., 2006).

O QERP é constituído por 36 itens, divididos em duas escalas, correspondentes à dimensão de Evitação e à dimensão de Preocupação, cada uma composta por 18 itens. Na presente investigação foi utilizada uma versão reduzida, composta por 12 itens. Os itens que compõem as duas escalas são intercalados de forma sistemática, correspondendo os ímpares à dimensão de Evitação e os pares à dimensão da Preocupação. Assim, seis são referentes à dimensão Evitação (item exemplo: “Prefiro não ser muito próximo desta pessoa”) e os outros seis referentes à dimensão Preocupação (item exemplo: “Fico frustrado/a se esta pessoa não está disponível quando eu preciso dela”). O formato de resposta é tipo Likert de sete pontos, da versão original, com apenas os extremos (1 – “Discordo Fortemente”, 7 – “Concordo fortemente”) e o ponto central (4 – “Neutro/Misto”) definidos.

Este questionário foi usado no presente estudo em duas formas: uma global, na qual se pedia ao participante que respondesse em função do conjunto de todas as suas relações (e.g. “Não me sinto confortável ao “abrir-me” com outras pessoas”), e uma específica, na qual se pedia ao participante para responder apenas em função de uma determinada relação, assinalada no ANQ (e.g. “Não me sinto confortável ao ‘abrir-me’ com esta pessoa”).

Para a cotação do questionário, calculou-se a média dos itens que compõem cada uma das escalas, invertendo previamente os resultados dos itens que estão formulados no sentido oposto ao da generalidade da escala, ou seja, em que uma maior concordância significa níveis mais baixos de Evitação ou Preocupação.

Através da observação do Quadro 1, verificamos que, no presente estudo, o QERP tem boas propriedades psicométricas quando usado no estudo das representações das relações ao nível global e mesmo quando direccionado para as relações específicas. Encontramos alfas altos para os estilos de vinculação no global ( $> 0,80$ ) e alfas razoáveis nos estilos de vinculação específicos para as diferentes dimensões (Evitação e Preocupação  $> 0,70$ ).

**Quadro 1.** Alfa de Cronbach do QERP para as dimensões de Evitação e Preocupação, no global e nas diferentes relações.

	<b>Evitação</b>	<b>Preocupação</b>
Global	0,83	0,88
Relação 1	0,72	0,74
Relação 2	0,76	0,80
Relação 3	0,80	0,86
Relação 4	0,76	0,83
Relação 5	0,81	0,89
Relação 6	0,86	0,85

### 2.2.3 - Clinical Outcomes in Routine Evaluation-Outcome Measure (CORE-OM)

O questionário CORE-OM faz parte de um sistema de gestão de informação denominado Sistema CORE. A equipa que o desenvolveu é constituída por profissionais de diferentes áreas (psicologia, psiquiatria, aconselhamento) e de várias orientações teóricas (cognitivo-comportamental, eclética, psicodinâmica, psicanalítica, sistémica, humanista; Barkham, Mullin, Leach, Stiles & Lucock, 2007).

Na construção deste questionário foi tido em conta os critérios do Manual de Diagnóstico e Estatística das Perturbações Mentais (DSM-IV) para a psicopatologia, sendo que os itens que compõem o CORE-OM abordam tanto o Eixo I – Perturbações clínicas (depressão e ansiedade), como o Eixo V – Avaliação Global do Funcionamento. Este questionário compreende 34 itens, sendo que 4 abordam o domínio do bem-estar subjectivo (“Tenho-me sentido bem comigo próprio/a), 12 referem-se a problemas/sintomas, nomeadamente de ansiedade (“Tenho-me sinto tenso/a, ansioso/a ou nervoso/a”), depressão (“Senti-me totalmente sem energia ou entusiasmo”), sintomas físicos (“Tenho tido dificuldade em adormecer ou em dormir toda a noite”) e trauma (“Tenho tido pensamentos e sentimentos que não quero ter e que me perturbam”). Outros 12 itens abordam o funcionamento, geral (“Senti-me bem com as coisas que consegui fazer”), nas relações próximas (“Tenho-me sentido terrivelmente sozinho/a e isolado/a”) e nas relações sociais (“Tem-me custado muito falar com as outras pessoas”). Finalmente, existem 6 itens que avaliam o risco para o próprio indivíduo (“Fiz planos para acabar com a minha vida”) e para os outros (“Fui violento/a fisicamente com outras pessoas”; Lyne, Barret, Evans, & Barkham, 2006).

A média dos 34 itens pode ser usada como indicador de mal-estar emocional geral. No entanto, a média dos resultados obtidos em cada domínio (bem-estar subjectivo, problemas/sintomas, funcionamento e risco) pode ser usada separadamente quando se revela útil uma avaliação mais direccionada para um determinado domínio. Neste estudo, usámos o resultado médio dos 34 itens que compõem o questionário, uma vez que não temos fundamentação teórica para hipóteses referentes a domínios específicos.

Metade dos itens do CORE-OM foca-se em problemas de baixa intensidade (“Tenho-me sentido tensa, ansiosa ou nervosa”) e a outra metade em problemas de alta

intensidade (“Tenho sentido pânico ou terror”). Os itens são cotados numa escala de 5 pontos, desde “0” (nunca) a “4” (sempre ou quase sempre), logo o resultado total deverá ser entre 0 e 136.

Este instrumento de medida tem demonstrado bons indicadores de precisão e de validade. O coeficiente alfa de Cronbach, para o questionário no seu conjunto, foi de 0,93, mas os alfas para os diferentes domínios são bastante heterogéneos (Quadro 2). Obtivemos alfas muito baixos (0,48) no domínio dos “Sintomas Físicos” e, alfas bastante superiores (0,77) no domínio da “Ansiedade”. Esta discrepância poderá dever-se ao número reduzido de itens que constituem o domínio dos “Sintomas Físicos” e, ao facto, de este domínio não ser tão homogéneo como o da Ansiedade, na medida em que as causas do aparecimento de sintomas físicos são muito variadas, e não apenas emocionais, nem biológicas (Pennebaker, 1982).

**Quadro 2.** Alfa de Cronbach dos diferentes domínios do CORE-OM.

<b>Domínios</b>	<b>Alfa</b>
Bem-Estar Subjectivo	0,71
Ansiedade	0,77
Depressão	0,77
Sintomas Físicos	0,48
Trauma	0,65
Funcionamento Geral	0,67
Funcionamento Relações Próximas	0,68
Funcionamento Relações Sociais	0,76
Risco para o Próprio	0,66
Risco para o outro	0,68

### **2.3. Procedimento**

Os dados da amostra foram recolhidos através da aplicação de uma bateria de questionários em formato papel. Esta bateria era composta pelos questionários usados para este estudo, e ainda pelo Inventário Big Five (IBF; Benet-Martínez & John, 1998; versão experimental portuguesa de João Moreira), destinado a ser utilizado noutra investigação. Os dados deste estudo foram recolhidos entre Março e Abril de 2011.

Existiam dois conjuntos de questionários, um dos quais teria de ser aplicado num primeiro momento e o segundo após uma semana (no mínimo). Do primeiro conjunto faziam parte o ANQ, o QERP específico para cada relação mencionada no ANQ e, ainda, o IBF. O segundo conjunto incluía a ficha dos dados pessoais, o QERP para as relações em geral, o CORE-OM e o IBF. A duração média do preenchimento dos dois momentos foi de cerca de 30/35 minutos.

Para além da bateria de questionários, os participantes receberam um Termo de Consentimento Informado, no qual lhes foi dado a conhecer a natureza da sua participação, a duração esperada do preenchimento e a garantia de confidencialidade e anonimato.

A maioria dos participantes foi recrutada pelos alunos de uma Unidade Curricular do segundo ano do Mestrado Integrado em Psicologia, desta faculdade, tendo recebido uma bonificação na nota dessa Unidade Curricular por esse recrutamento. Cada aluno recebeu três conjuntos de questionários. Coube a cada um optar por responder a um dos três conjuntos e aplicar os restantes dois a pessoas da sua rede social. Neste grupo de três conjuntos de questionários teriam que estar incluídas pessoas de ambos os sexos. Este método foi utilizado na tentativa de recolher uma amostra não demasiado desequilibrada, em termos de sexos. Uma pequena parte ( $N=36$ ) da amostra foi recrutada na rede social da autora da investigação.

As baterias de questionários foram entregues em envelopes, respectivamente para o momento 1 e 2, com instruções no Termo de Consentimento Informado, para que o participante selasse o envelope depois de responder aos questionários. O referido Termo foi deixado fora do envelope, por forma a ser preservado o anonimato das respostas.



### **3 – RESULTADOS**

#### **3.1. Tratamento de Dados**

Os dados foram analisados através de dois programas, o programa estatístico PASW Statistics (versão 18) e o Hierarchical Linear Modeling (HLM), abaixo descrito. No PASW Statistics foram realizadas todas as análises em que não foi empregue o programa HLM.

#### **3.2. Hierarchical Linear Modeling (HLM)**

O programa HLM é adequado para analisar estruturas hierárquicas de dados, ou seja, estruturas em que as unidades de análise estão incluídas em unidades de nível superior (e.g. alunos dentro de turmas, indivíduos dentro de famílias, relações dentro de indivíduos; Raudenbush & Bryk, 2002).

Neste estudo, a consistência dos estilos de vinculação nas diferentes relações foi testada com este programa, aproveitando a funcionalidade do HLM que permite estimar componentes de variância aos diferentes níveis dos modelos hierárquicos. Assim, o HLM foi usado para examinar o grau em que as duas dimensões do estilo de vinculação (Preocupação e Evitação) variaram entre os participantes (média de todas as relações) e entre as diferentes relações de cada indivíduo.

### 3.3. Variância do estilo de vinculação, ao nível global e específico

O HLM foi usado com um modelo de dois níveis, expresso pelas seguintes equações:

$$\text{Nível 1 - } Y = P_0 + E$$

Em que  $Y$  é o nível de Preocupação/Evituação do participante numa dada relação,  $P_0$  é o nível de Preocupação/Evituação médio daquele participante em todas as relações e  $E$  é a diferença entre o nível de Preocupação/Evituação nessa relação e na média de todas as relações desse participante.

$$\text{Nível 2 - } P_0 = B_{00} + R_0$$

Em que  $P_0$  já foi definido acima,  $B_{00}$  é o nível médio global de Preocupação/Evituação dos participantes e  $R_0$  é a diferença entre o nível de Preocupação/Evituação desse participante e a média de todos os participantes.

Para testar as hipóteses I e II, analisaram-se os componentes de variância associados aos elementos  $E$  (específico de cada relação) e  $R_0$  (global do indivíduo). Através da análise com o HLM concluiu-se que a dimensão Preocupação varia mais entre os indivíduos ( $\sigma^2_{R_0P} = 1,19$ ) do que entre as relações ( $\sigma^2_{EP} = 0,94$ ) no mesmo indivíduo. Ou seja, confirmou-se a hipótese I, a de que a dimensão Preocupação se manifesta de forma relativamente mais consistente nas diferentes relações. Quanto à dimensão Evituação, existe uma maior variância ( $\sigma^2_{EE} = 0,51$ ) entre as diferentes relações

de vinculação de cada participante do que entre os participantes ( $\sigma^2_{R0E} = 0,31$ ), confirmando assim a hipótese II.

Quando se analisa a totalidade das relações, o padrão de resultados é semelhante. No que diz respeito à Preocupação, os valores são muito semelhantes aos já referidos ( $\sigma^2_{R0P} = 1,18$  para as pessoas e  $\sigma^2_{EP} = 0,92$  para as relações). Porém, para a dimensão Evitação, enquanto o componente pessoas se mantém com uma magnitude aproximadamente igual ( $\sigma^2_{R0E} = 0,27$ ), o das relações é bastante maior ( $\sigma^2_{EE} = 0,95$ ), acentuando a diferença prevista pela hipótese II e mostrando que a Evitação é bastante mais heterogénea quando se incluem as relações não consideradas de vinculação.

### **3.4. Estilo de vinculação ao nível global e específico**

Quanto às hipóteses III e IV, avaliámos o estilo de vinculação nas relações consideradas de vinculação de acordo com os critérios do ANQ, calculando a média de cada dimensão no conjunto das relações de cada pessoa. Testaram-se as hipóteses calculando as correlações entre o estilo de vinculação global (medido pelo QERP na sua forma global) e o estilo de vinculação em relações específicas (obtido através da média de todas as relações avaliadas pela forma específica do QERP). Uma vez que nenhuma das variáveis envolvidas nestas análises forneceu um resultado significativo no teste de Kolmogorov para o ajustamento a uma distribuição normal, utilizou-se o coeficiente de correlação de Pearson. No entanto, repetindo-se as análises com o coeficiente de Spearman estas apontaram para as mesmas conclusões.

Apurou-se assim que a Evitação global (EvitG) prediz significativamente a Evitação específica (EvitE;  $r = 0,24$ ) e a Preocupação global (PreoG) prediz significativamente a Preocupação nas relações específicas (PreoE;  $r = 0,67$ ). Confirmaram-se as hipóteses III e IV: o estilo de vinculação quando avaliado no global

prediz moderadamente o estilo de vinculação em cada relação; no entanto, essa predição é mais forte na dimensão Preocupação do que na Evitação.

Quando se analisou o conjunto de todas as relações, de vinculação e não vinculação, os resultados apresentaram algumas diferenças relativamente aos expostos anteriormente. Ambas as dimensões do estilo de vinculação global predizem o estilo de vinculação específico (0,54 para a Evitação e 0,68 para a Preocupação). A dimensão EvitG tem maior capacidade preditiva do estilo de vinculação específico na totalidade das relações do que nas relações de vinculação ( $0,54 > 0,24$ ). Já na dimensão Preocupação, a correlação entre o estilo global e específico é semelhante quer se considere apenas as relações de vinculação, quer se inclua todas as relações ( $0,68 \approx 0,67$ ).

### **3.5. Capacidade preditiva dos estilos de vinculação, global e específico, para o mal-estar emocional**

Para testar a hipótese V, analisaram-se os resultados através de uma regressão linear para comparar a capacidade preditiva simultânea dos estilos de vinculação, global e específico, sobre o mal-estar emocional. Efectuando estas análises para as relações de vinculação, concluiu-se que a EvitG e a PreoG predizem o mal-estar,  $R^2 = 0,27$ , e a EvitE e PreoE acrescentam a esta predição,  $\Delta R^2 = 0,01$ , o que não é significativo,  $F(2, 84) = 0,62$ ;  $p = 0,54$ . Este resultado repete-se em todas as escalas que compõem o CORE-OM, como podemos ver no Quadro 3.

**Quadro 3.** Efeitos dos Estilos Vinculação, global e específico nas relações de vinculação, para as escalas do CORE-OM.

<b>Domínio Core-Om</b>	<b><math>\beta</math>PreoG</b>	<b><math>\beta</math>EvitG</b>	<b><math>\beta</math>Preoc-Vinc</b>	<b><math>\beta</math>Evit-Vinc</b>	<b>R<sup>2</sup>G</b>	<b>R<sup>2</sup>Vinc</b>	<b>F<math>\Delta</math></b>	<b>p<math>\Delta</math></b>
<b>Total</b>	.31*	.33**	.14	.08	.27	.01	.62	.54
<b>Bem-Estar Subjectivo</b>	.20	.14	.24	.16	.16	.04	1.99	.14
<b>Ansiedade</b>	.35*	.29**	.14	.00	.27	.01	.61	.55
<b>Depressão</b>	.27*	.24*	.18	.08	.22	.02	.99	.38
<b>Problemas físicos</b>	.09	.33**	.19	-.06	.15	.03	1.53	.22
<b>Trauma</b>	.37**	.25*	-.00	-.01	.19	.00	.01	.99
<b>Funcionamento Geral</b>	.13	.01	-.05	.17	.01	.03	1.51	.23
<b>Func. Relações Próximas</b>	.19	.33**	.07	.02	.17	.00	.13	.88
<b>Func. Relações Sociais</b>	.20	.41**	.09	.13	.26	.02	.88	.42
<b>Risco para o Próprio</b>	.31*	.15	.02	-.04	.12	.00	.10	.91
<b>Risco para o outro</b>	-.01	.13	.05	.02	.02	.00	.06	.95

*Nota.*  $\beta$ PreoG = Coeficiente  $\beta$  para a Preocupação Global.  $\beta$ EvitG = Coeficiente  $\beta$  para a Evitação Global.  $\beta$ Preoc-Vinc = Coeficiente  $\beta$  para a Preocupação nas relações de vinculação.  $\beta$ Evit-Vinc = Coeficiente  $\beta$  para a Evitação nas relações de vinculação. R<sup>2</sup>G = Variância explicada pelas dimensões do estilo de vinculação global. R<sup>2</sup>Vinc = Variância explicada pelas dimensões do estilo de vinculação específico. F $\Delta$  = estatística F para o acréscimo de variância explicada com a introdução das dimensões do estilo de vinculação específico. p $\Delta$  = probabilidade/significância associada a F $\Delta$ . \* - p < 0.05; \*\* - p < 0.01.

Verifica-se, deste modo, que as dimensões do estilo de vinculação global são as únicas que mostram capacidade significativa para prever os resultados do CORE-OM, à excepção das escalas Bem-estar subjectivo, Funcionamento Geral e Risco para o Outro. Em contraste, o contributo do estilo de vinculação específico nunca é significativo nem

no conjunto, nem individualmente para cada domínio. Destes resultados pode-se concluir que a EvitG e a PreoG são preditores mais fortes do mal-estar emocional do que a EvitE e PreoE.

**Quadro 4.** Efeitos dos Estilos Vinculação, global e específico, na totalidade das relações, para as escalas do CORE-OM.

<b>Domínio Core-Om</b>	<b><math>\beta</math>PreoG</b>	<b><math>\beta</math>EvitG</b>	<b><math>\beta</math>Preoc- Rel</b>	<b><math>\beta</math>Evit- Rel</b>	<b><math>R^2</math>G</b>	<b><math>R^2</math> Rel</b>	<b>F<math>\Delta</math></b>	<b>p<math>\Delta</math></b>
<b>Total</b>	.20	.31**	.23	.13	.25	.03	2.05	.13
<b>Bem-Estar Subjectivo</b>	.19	.19	.23	.06	.16	.03	1.75	.18
<b>Ansiedade</b>	.20	.25*	.27*	.10	.22	.03	2.59	.08
<b>Depressão</b>	.16	.22*	.27*	.21*	.21	.05	3.85	.02
<b>Problemas físicos</b>	-.08	.30**	.31*	.04	.15	.05	3.14	.05
<b>Trauma</b>	.23	.20	.12	.05	.14	.07	.45	.64
<b>Funcionamento Geral</b>	.06	.03	.10	.16	.03	.02	1.06	.35
<b>Func. Relações Próximas</b>	.15	.37**	.13	.03	.19	.01	.55	.58
<b>Func. Relações Sociais</b>	.19	.39**	.10	.09	.25	.01	.60	.55
<b>Risco para o Próprio</b>	.14	.14	.20	.11	.11	.02	1.40	.25
<b>Risco para o outro</b>	-.04	.14	.06	-.04	.01	.00	.21	.81

*Nota.*  $\beta$ PreoG = Coeficiente  $\beta$  para a Preocupação Global.  $\beta$ EvitG = Coeficiente  $\beta$  para a Evitação Global.  $\beta$ Preoc-Rel = Coeficiente  $\beta$  para a Preocupação em todas as relações.  $\beta$ Evit-Rel = Coeficiente  $\beta$  para a Evitação em todas as relações.  $R^2$ G = Variância explicada pelas dimensões do estilo de vinculação global.  $R^2$  Rel = Variância explicada pelas dimensões do estilo de vinculação em todas as relações. F $\Delta$  = estatística F para o acréscimo de variância explicada com a introdução das dimensões do estilo de vinculação de todas as relações. p $\Delta$  = probabilidade/significância associada a F $\Delta$ .

Estas análises foram repetidas tendo em consideração a totalidade das relações mencionadas pelos participantes (Quadro 4). Ao contrário do que aconteceu para as relações de vinculação, o estilo de vinculação específico, (PreoE e EvitE), para a totalidade das relações é preditivo de alguns aspectos do mal-estar emocional, nomeadamente da Ansiedade, Depressão e Problemas Físicos. A dimensão PreoG não tem capacidade preditiva para o mal-estar emocional em qualquer domínio, sendo substituída nessa capacidade pela PreoE, pelo menos para a Ansiedade e Depressão. Já a EvitG prevê o mal-estar emocional em vários domínios, designadamente os da Ansiedade, Depressão, Problemas Físicos, Funcionamento nas relações próximas e Funcionamento nas relações sociais.

## 4 - DISCUSSÃO

Um dos objectivos desta investigação foi perceber qual era a relação entre os estilos de vinculação global e específico. Outras hipóteses abordaram a questão da relação entre as dimensões do estilo de vinculação (Preocupação e Evitação) e os modelos internos de trabalho do self e do outro. Esperava-se que a dimensão Preocupação fosse menos influenciada pelas diferentes relações, uma vez que está mais relacionada com a percepção da pessoa sobre ela própria, coincidindo com o modelo interno de trabalho do self. Quanto à dimensão da Evitação, estando mais relacionada com o modelo interno de trabalho do outro, esperava-se que fosse mais influenciada pelas relações (Bartholomew, 1990; Moreira, 2006, 2011). Por último, analisou-se a capacidade preditiva dos estilos de vinculação, global e específico, para o mal-estar emocional.

A primeira hipótese formulada nesta investigação - a dimensão Preocupação apresenta maior variância ao nível global para cada indivíduo do que ao nível das diferentes relações – foi confirmada. A variação da dimensão Preocupação é maior de pessoa para pessoa do que de relação para relação. Este resultado poderá significar que esta dimensão está relacionada com o modelo interno do self e que tem tendência a variar de acordo com as expectativas sobre a aceitação dos outros e da sua capacidade de receber afecto e apoio. Assim, este resultado vai ao encontro das premissas defendidas (Bartholomew, 1990; Moreira, 2006, 2011) de que esta dimensão está relacionada com a representação do self é, portanto, característica do indivíduo e generalizada às suas relações.

A segunda hipótese - a dimensão Evitação apresenta maior variância ao nível das diferentes relações do que ao nível global para cada indivíduo – foi também corroborada. A dimensão Evitação, estando relacionada com a representação dos outros



é considerada específica das relações (Bartholomew, 1990), o que corresponde à ideia geralmente aceite de que os indivíduos podem ter estilos de vinculação diferentes nas diferentes relações, sobretudo para a dimensão Evitação (Bartholomew & Horowitz, 1991; Cook, 2000; La Guardia et al., 2000; Pierce & Lydon, 2001; Shaver, Collins & Clark, 1996).

Em suma, estes resultados corroboram a teoria de que a dimensão Preocupação está mais relacionada com a representação do self, pelo que se manifesta de forma consistente em diferentes relações. A Evitação relaciona-se mais com a representação dos outros, pelo que tende a ser muito mais influenciada pelos parceiros relacionais (Barry et al., 2007; Cook, 2000; La Guardia et al., 2000; Pierce & Lydon, 2001).

A terceira hipótese – o estilo de vinculação avaliado no global prediz moderadamente o estilo de vinculação em cada relação – foi comprovada. De acordo com Crittenden (1990), características de uma relação em particular podem afectar o estilo de vinculação nessa relação e o estilo de vinculação global. O estilo de vinculação global, ao representar uma média implícita dos estilos de vinculação nas diferentes relações, deve relacionar-se moderadamente com estes. Por outro lado, os modelos internos de trabalho globais deverão influenciar as expectativas desenvolvidas em relações específicas. Podemos, portanto, afirmar que os estilos de vinculação, global e específico, influenciam-se mutuamente (Cook, 2000). Esta conclusão remete-nos para as características dos modelos internos de trabalho, que mesmo sendo estáveis, são representações que podem ser alteradas de acordo com as diferentes experiências relacionais, ao longo do ciclo de vida.

A quarta hipótese - a capacidade preditiva do estilo de vinculação global sobre o estilo de vinculação específico é maior para a Preocupação que para a Evitação – foi igualmente confirmada. Uma possível razão para este resultado terá que ver com o facto

de a representação do self ser um elemento constante em todas as relações (Bartholomew, 1990; Moreira, 2011). Logo, é expectável que o nível de Preocupação global tenha uma influência maior sobre a Preocupação em relações específicas do que acontece no caso da Evitação. No entanto, os nossos resultados sugerem uma outra possível explicação: enquanto o nível global de Preocupação parece corresponder à média de todas as relações, o nível global de Evitação parece reflectir sobretudo aquilo que se passa nalgumas dessas relações, nomeadamente naquelas que ainda não se tornaram relações de vinculação.

A quinta e última hipótese - a capacidade do estilo de vinculação prever o mal-estar emocional, avaliado em termos gerais, é maior para o estilo de vinculação global do que para o específico – foi corroborada. Ao nível global, as dimensões Preocupação e Evitação, conseguem prever alguns dos domínios do mal-estar emocional. Por sua vez, ao nível específico, não são contributos significativos na predição desta variável.

Este resultado apoia a ideia de que o estilo de vinculação específico das relações tem um domínio de aplicação demasiado restrito para conseguir influenciar o mal-estar emocional. É esperado que as representações situadas ao mesmo nível de abstracção estejam mais relacionadas entre si. Logo, a representação do self e do outro, no global, deverão relacionar-se mais fortemente com a representação geral de mal-estar emocional (Cozzarelli et al., 2000).

Neste estudo, as hipóteses levantadas abordam somente as relações de vinculação. Embora não tenham sido formuladas hipóteses relativamente ao que poderia acontecer na totalidade das relações interpessoais mencionadas pelos participantes, optou-se por proceder à sua análise para explorar e comparar esses resultados com os obtidos noutros estudos. Os resultados para a totalidade das relações apresentaram algumas diferenças em relação aos anteriormente expostos.

Para a hipótese I, os resultados foram semelhantes quer se considerassem todas as relações ou apenas as de vinculação. Já para a hipótese II, embora os resultados estivessem de acordo com a hipótese em ambos os casos, a diferença foi muito mais pronunciada quando se incluía a totalidade das relações. Este resultado demonstra que o nível da dimensão de Evitação é muito mais heterogéneo quando se incluem relações que não são de vinculação, o que pode ter várias explicações. Em primeiro lugar, é possível que muitas destas relações estejam ainda numa fase inicial do seu desenvolvimento, podendo vir, no futuro, a tornar-se relações de vinculação (e.g. se se tratar de relações românticas) e, por esse motivo, apresentar menor grau de confiança e intimidade entre os parceiros, levando a resultados mais elevados na dimensão de Evitação. Outra possibilidade é a de muitas destas relações não serem voluntárias, no sentido em que a pessoa não escolhe tê-las, nem escolhe a identidade do parceiro relacional (e.g. sogros; colegas de trabalho). Assim estas relações, não voluntárias, podem manter-se por conveniência social e ter mesmo um papel importante na vida da pessoa, mesmo que os níveis de satisfação e confiança sejam baixos.

Em relação à hipótese III, as duas dimensões do estilo de vinculação específico (Preocupação e Evitação) têm uma capacidade semelhante para prever o correspondente estilo de vinculação global, em contraste com o que acontecia para as relações de vinculação, em que a capacidade preditiva era muito menor para a Evitação.

Na interpretação destas diferenças é importante considerar que, na análise da totalidade das relações, nos referimos a uma maioria (> 80%) de relações que não são de vinculação. Ora, a Evitação específica é aparentemente mais preditiva da Evitação global nestas relações de não vinculação, provavelmente porque a Evitação é mais variável dentro do conjunto de relações do que dentro das relações de vinculação. A

homogeneidade do nível de Evitação dentro das relações de vinculação deverá ser responsável pela baixa correlação encontrada entre a Evitação global e específica.

Quanto à dimensão Preocupação, não se verificou diferenças significativas na capacidade preditiva, entre as relações de vinculação e as de não vinculação. Esta dimensão, como já foi referido, está mais relacionada com a representação do self, o que faz com que varie menos de uma relação para a outra. Deste modo, o seu resultado médio não é tão baixo nas relações de vinculação, levando a que não se registre o mesmo fenómeno descrito para a Evitação.

Na hipótese V, analisámos a capacidade dos estilos de vinculação, global e específico, para prever o mal-estar emocional e encontramos alguns resultados inesperados. Embora o mal-estar emocional geral seja previsto apenas pelo estilo de vinculação global, o estilo de vinculação específico consegue prever de forma significativa os domínios de Ansiedade, Depressão e Problemas Físicos, quando se analisa a totalidade das relações.

Este resultado talvez se possa explicar pelo facto de que, na fase da vida em que a maioria dos participantes se encontravam (início da fase adulta), a transferência de componentes das relações de vinculação para os pares é um objectivo pessoal importante. O sucesso dessa tarefa deve, portanto, ter um papel considerável na adaptação psicológica. Deste modo, a insegurança nas relações que ainda não podem ser consideradas de vinculação, pelos critérios do ANQ, deverá estar significativamente relacionada com o mal-estar emocional.

Além disso, a avaliação que se faz das relações de vinculação pode estar distorcida por processos defensivos. Sabe-se que as pessoas, sobretudo as classificadas como tendo um estilo evitante, tendem a idealizar as figuras de vinculação, mesmo

quando a posteriori não conseguem sustentar essa idealização em episódios concretos (van IJzendoorn, & De Wolff, 1997).

#### **4.1 - Limitações**

O questionário ANQ revelou-se bastante complexo para os participantes, tendo sido evidentes as dificuldades em seguir as instruções. Nomeadamente, na parte do questionário em que era pedido aos participantes que caracterizassem as relações tendo em conta os componentes de vinculação, muitos mostraram dificuldade em distinguir entre o que realmente acontecia e o que gostavam que acontecesse. Por exemplo: “Quem gostaria de procurar para lhe dar apoio e cuidados se algo de mal lhe acontece, se está em dificuldades ou se se sente ameaçado(a), (quer de facto procure ou não essa (as) pessoa (as) nessas situações)?” vs. “Quem de facto você procura para lhe dar apoio e cuidados se algo de mal lhe acontece, se está em dificuldades ou se se sente ameaçado(a)?” No entanto, avaliar a existência de vinculação numa relação será sempre uma tarefa algo difícil. Penso que será necessário “descomplicar” este questionário, tornando as instruções de preenchimento mais claras. A avaliação do carácter de vinculação vs. não vinculação das relações está ainda numa fase prematura e precisa de ser aprofundada em futuras investigações.

Outra limitação deste estudo é o facto de ter usado apenas questionários de auto-relato. Esta limitação implica dificuldade em controlar certos estilos de resposta, como as defensivas, o que pode ter enviesado os nossos resultados. Alguns participantes (por exemplo evitantes) podem ter desvalorizado o significado das suas relações de vinculação e por esse motivo estas não serem consideradas como de vinculação pelo ANQ. Outros participantes poderão ter idealizado essas relações relatando-as como mais seguras do que o eram na realidade.

## **4.2 - Implicações Clínicas**

Neste estudo tentámos perceber se as diferenças individuais se mostravam mais importantes ao nível global ou a um nível mais específico, o das relações particulares. Concluímos, que se os problemas relacionados com a vinculação (e.g. dificuldades na interacção social) advêm principalmente do estilo de vinculação global, então as intervenções psicoterapêuticas (ou outras), deverão focar-se em alterar as representações globais mantidas pelo indivíduo acerca de si próprio e dos outros. No entanto, se os problemas reflectirem dificuldades ao nível das relações específicas, a intervenção deveria direccionar-se para laços específicos, por exemplo através de terapia de casal (Barry et al., 2007), mas também possivelmente, por uma maior focalização da terapia individual sobre aquilo que se passa em relações específicas.

Assim, os nossos resultados mostraram que os estilos globais têm um papel mais relevante no mal-estar emocional. No entanto, aquelas relações que ainda não se tornaram relações de vinculação (pelo menos, segundo os critérios do ANQ), parecem ter igualmente um papel não negligenciável. Portanto, os psicoterapeutas deverão dedicar o seu esforço, sobretudo à modificação dos esquemas globais.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Ainsworth, M. (1979). Infant-mother attachment. *American Psychologist*, 34, 932-937.  
doi:10.1037//0003-066X.34.10.932
- Ainsworth, M. (1989). Attachments beyond infancy. *American Psychologist*, 44, 709-716.  
doi:10.1037/0003-066X.44.4.709
- Ainsworth, M.D.S., Blehar, M.C., Waters, E. & Wall, S. (1978). *Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- American Psychiatric Association. (2002). *DSM-IV-TR: Manual de diagnóstico e estatística das perturbações mentais* (4th ed., texto revisto) Lisboa: Climepsi.
- Baldwin, M.W., Keelan, J.P.R., Fehr, B., Enns, V. & Koh-Rangarajoo, E. (1996). Social-cognitive conceptualization of attachment working models: Availability and accessibility effects. *Journal of Personality and Social Psychology*, 71, 94-109. doi:10.1037/0022-3514.71.1.94
- Barkham, M., Mullin, T., Leach, C., Stiles, W. & Lucock, M. (2007). Stability of the CORE-OM and the BDI-I prior to therapy: Evidence from routine practice. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 80, 269-280.  
doi:10.1348/147608306X148048
- Barry, R.A., Lakey, B. & Orehek, E. (2007). Links among attachment dimensions, affect, the self, and perceived support for broadly generalized attachment styles and specific bonds. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 33, 340-353. doi:10.1177/0146167206296102
- Bartholomew, K. (1990). Avoidance of intimacy: An attachment perspective. *Journal of Social and Personal Relationships*, 7, 147-178. doi:10.1177/0265407590072001
- Bartholomew, K., & Horowitz, L. M. (1991). Attachment styles among young adults: A test of a four-category model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61, 226-244.  
doi:10.1037//0022-3514.61.2.226

- Blain, M. D., Thompson, J. M., & Whiffen, V. E. (1993). Attachment and perceived social support in late adolescence: The interaction between working models of self and others. *Journal of Adolescent Research*, 8, 226-241. doi:10.1177/074355489382006
- Benet-Martinez, V., & John, O. P. (1998). Los cinco grandes across cultures and ethnic groups: Multitrait-multimethod analyses of the Big Five in Spanish and English. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75, 729-750. doi:10.1037//0022-3514.61.2.226
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss: Vol. 1. Attachment*. London: Hogarth.
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and loss: Vol. 2. Separation, anxiety and anger*. London: Hogarth.
- Bowlby, J. (1980). *Attachment and loss: vol. 3. Loss, sadness and depression*. London: Hogarth.
- Brennan, K. A., Clark, C. L., & Shaver, P. R. (1998). Self-report measurement of adult attachment: An integrative overview. In J. A. Simpson & W. S. Rholes (Eds.), *Attachment theory and close relationships* (pp. 46-76). New York: Guilford.
- Coleman, P. K. (2003). Perceptions of parent-child attachment, social self-efficacy, and peer relationships in middle childhood. *Infant and Child Development*, 12, 351- 368. doi:10.1002/icd.316
- Collins, N.L., Guichard, A.C., Ford, M.B. & Feeney, B.C. (2004). Working models of attachment: New developments and emerging themes. In W. Steven Rholes & Jeffry A. Simpson (Eds.), *Adult Attachment Theory, Research and Clinical Implications*. (pp. 196-239). New York: Guilford.
- Collins, N. L. & Feeney, B. C. (2004). An attachment theory perspective on closeness and intimacy. In D. J. Mashek & A. Aron (Eds.), *Handbook of Closeness and Intimacy* (pp. 163-187). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum.
- Cook, W.L. (2000). Understanding attachment security in a family context. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78, 285-294. doi:10.1037//0022-3514.78.2.285
- Cozzarelli, C., Hoekstra, S. & Bylsma, W. (2000). General versus specific mental models of attachment: Are they associated with different outcomes? *Personality and Social Psychology Bulletin*, 26, 605-618. doi:10.1177/0146167200267008



- Crittenden, P. M. (1990). Internal representational models of attachment relationships. *Infant Mental Health Journal*, 11, 259-277. doi: doi:10.1002/1097-0355(199023)11:3<259::AID-IMHJ2280110308>3.0.CO;2-J
- Donahue, E. M., Robins, R. W., Roberts, B. W., & John, O. P. (1993). The divided self: Concurrent and longitudinal effects of psychological adjustment and social roles on self-concept differentiation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 64, 834-846. doi:10.1037//0022-3514.64.5.834
- Faria, C., Fonseca, M., Lima, V., Soares, I. & Klein, J. (2006). Vinculação na idade adulta. In I. Soares (Ed.), *Relações de Vinculação ao longo do desenvolvimento: Teoria e avaliação* (pp. 123-158). Braga: Psiquilibrios.
- Fraley, R.C., & Spieker, S.J. (2003). Are infant attachment patterns continuously or categorically distributed? A taxometric analysis of strange situation behavior. *Developmental Psychology*, 39, 384-404. doi:10.1037/0012-1649.39.3.387
- Fox, N. A., Kimmerly, N. L., & Schafer, W. D. (1991). Attachment to mother/attachment to father: A meta-analysis. *Child Development*, 62, 210-225. doi:10.2307/1130716
- Furman, W. (2002). The emerging field of adolescent romantic relationship. *Current Directions in Psychological Science*, 11, 177-180. doi:10.1111/1467-8721.00195
- Griffin, D., & Bartholomew, K. (1994). Models of self and other: Fundamental dimensions underlying measures of adult attachment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67, 430-445. doi:10.1037/0022-3514.67.3.430
- Hazan, C., & Shaver, P. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 511-524. doi:10.1037//0022-3514.52.3.511
- Hazan, C., & Zeifman, D. (1994). Sex and the psychological tether. *Advances in Personal Relationships*, 5, 151-177.
- Hazan, C., Gur-Yaish, N., & Campa, M. (2004). What does it mean to be attached? In W.S. Rholes & J.A. Simpson (Eds.), *Adult attachment: Theory, research, and clinical applications* (pp. 55-85). New York: Guilford.

- Kobak, R. (1994). Adult attachment: A personality or relationship construct? *Psychological Inquiry*, 5, 42-44. doi:10.1207/s15327965pli0501\_7
- Kobak, R. R., & Madsen, S. (1999). Disruptions in attachment bonds: Implications for theory, research and clinical intervention. In J. Cassidy & P. R. Shaver (Eds), *Handbook of attachment: Theory, research and clinical applications* (2nd ed.; pp. 23-47). New York: Guilford.
- La Guardia, J.G., Ryan, R.M., Couchman, C.E., & Deci, E.L. (2000). Within-person variation in security of attachment: A self-determination theory perspective on attachment, need fulfillment, and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 79, 367-384. doi:10.1037//0022-3514.79.3.367
- Laible, D. (2007). Attachment with parents and peers in late adolescence: Links with emotional competence and social behaviour. *Personality and Individual Differences*, 43, 1185-1197. doi:10.1016/j.paid.2007.03.010
- Linville, P. (1987). Self-complexity as a cognitive buffer against stress-related illness and depression. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 663-676. doi:10.1037//0022-3514.52.4.663
- Lopez, F. G., Brennan, K. A. (2000). Dynamic processes underlying adult attachment organization: Toward an attachment theoretical perspective on the healthy and effective self. *Journal of Counseling Psychology*, 47, 283-300. doi:10.1037//0022-0167.47.3.283
- Lyne, K.J., Barret, P., Evans, C. & Barkham, M. (2006). Dimensions of variation on the CORE-OM. *British Journal of Clinical Psychology*, 45, 185-203. doi:10.1348/014466505X39106
- Matos, M. M; Barbosa, S; Costa, M.E. (2001). Avaliação da vinculação amorosa em adolescentes e jovens adultos: Construção de um instrumento e estudos de validação. *RIDEP*, 11, 93-109.
- Mikulincer, M. (1995). Attachment style and the mental representation of the self. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69, 1203-1215. doi:10.1037//0022-3514.69.6.1203
- Mikulincer, M., Gillath, O., & Shaver, P.R. (2002). Activation of the attachment system in adulthood: Threat-related primes increase the accessibility of mental representations of

- attachment figures. *Journal Of Personality and Social Psychology*, 83, 881-895.  
doi:10.1037//0022-3514.83.4.881
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2007). *Attachment in adulthood: Structure, dynamics, and change*. New York: Guilford.
- Moreira, J. M. (2006). Será o estilo de vinculação específico para cada relação? Um estudo utilizando a teoria da generalizabilidade. *Psicologia*, XX(1), 127-154.
- Moreira, J.M. (2011). Adult attachment style across individuals and role-relationships: Avoidance is relationship-specific, but anxiety shows greater generalisability. *Journal of Relationships Research*, 2, 63–72. doi: 10.1375/jrr.2.1.63
- Moreira, J. M., Silva, M. F., Moleiro, C., Aguiar, P., Andrez, M., Bernardes, S., & Afonso, H. (2003). Social support as an offshoot of attachment style. *Personality and Individual Differences*, 34, 485-501.
- Moreira, J. M., Lind, W., Santos, M. J., Moreira, A. R., Gomes, M. J., Justo, J., Oliveira, A. P., Filipe, L. A. E Faustino, M. (2006). “Experiências em Relações Próximas”, um questionário de avaliação das dimensões básicas dos estilos de vinculação nos adultos: Tradução e validação para a população Portuguesa. *Laboratório de Psicologia*, 4, 3-27.
- Overall, N.C., Fletcher, G.J., & Friesen, M.D. (2003). Mapping the intimate relationship mind: Comparisons between three models of attachment representations. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 29, 1479-1493. doi:10.1177/0146167203251519
- Pennebaker, J. W. (1982). *The psychology of physical symptoms*. New York: Springer-Verlag.
- Pierce, T. & Lydon, J. E. (2001) Global and specific relational models in the experience of social interactions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 80, 613-631.  
doi:10.1037//0022-3514.80.4.613
- Pietromonaco, P. R. & Barret, L. F. (2000). The internal working models concept: What do we really know about the self in relation to others? *Review of General Psychology*, 4, 155-175.  
doi:10.1037//1089-2680.4.2.155
- Raudenbush, S. W., & Bryk, A. S. (2002). *Hierarchical linear models: Applications and data analysis methods* (2nd ed.). Thousand Oaks, CA: Sage.

- Roberts, J. E., Gotlib, I. H. & Kassel, J. D. (1996). Adult attachment security and symptoms of depression: The mediating roles of dysfunctional attitudes and low self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70, 310-320. doi:10.1037//0022-3514.70.2.310
- Rocha, M. (2008). *O desenvolvimento das relações de vinculação na adolescência: Associações entre contextos relacionais com pais, pares e par amoroso*. Dissertação de Doutorado em Psicologia. Porto: Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade do Porto.
- Roisman, G. I., Fraley, R. C., & Belsky, J. (2007). A taxometric study of the Adult Attachment Interview. *Developmental Psychology*, 43, 675-686. doi:10.1037/0012-1649.43.3.675
- Scharfe, E., & Bartholomew, K. (1994). Reliability and stability of adult attachment patterns. *Personal Relationships*, 1, 23-43. doi: 10.1111/j.1475-6811.1994.tb00053.x
- Shaver, P., Collins, N., & Clark, C. (1996). Attachment styles and internal working models of self and relationship partners. In G.J.O. Fletcher & J. Fitness (Eds.), *Knowledge structures in close relationships* (pp. 25-62). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum.
- Sibley, C.G., & Overall, N.C. (2008). Modeling the hierarchical structure of attachment representations: A test of domain differentiation. *Personal and Individual Differences*, 44, 238-249. doi:10.1016/j.paid.2007.08.003
- Simpson, J. A., & Rholes, S. W. (2004). Anxious attachment and depressive symptoms: An Interpersonal perspective. In S. W. Rholes & J.A. Simpson (Eds), *Adult attachment: Theory, research, and clinical implications* (pp. 408-437). New York: Guilford.
- Thompson, R. A. (1999). Early attachment and later development: Familiar questions, new answers. In J. Cassidy & Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research and clinical applications* (2nd ed.; pp. 348-365). New York: Guilford.
- Trinke, S. & Bartholomew, K. (1997). Hierarchies of attachment relationships in young adulthood. *Journal of Social and Personal Relationships*, 14, 603-625. doi: 10.1177/0265407597145002
- Wallin, D.J. (2007). *Attachment in psychotherapy*. New York: Guilford.

- van IJzendoorn, M. H., & De Wolff, M. S. (1997). In search of the absent father- Meta-analyses of infant-father attachment: A rejoinder to our discussants. *Child Development*, 68, 604-609. doi: 10.2307/1132112
- Zeifman, D., & Hazan, C. (1997). A process model of adult attachment formation. In S.W Duck (Eds.), *The handbook of personal relationships: Theory, research and interventions* (2nd ed.; pp. 179-195). Chichester, England: John Wiley & Sons.
- Zeifman, D., & Hazan, C. (1999). Pair bonds as attachments: Evaluating the evidence. In Jude Cassidy & Phillip R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (2nd ed.; pp. 436-481). New York: Guilford.